

Zintuigenverhalen bij bijzondere gebeurtenissen



Handleiding Zintuigenverhalen bij bijzondere gebeurtenissen

Inhoud

Inleiding.....	3
Voordat je een zintuigenverhaal maakt.....	4
Bijzondere gebeurtenissen ervaren.....	4
Communiceren over bijzondere gebeurtenissen	5
Een zintuigenverhaal over een bijzondere gebeurtenis	6
Is de gebeurtenis verwacht of onverwacht?	6
Vorbereiden van het zintuigenverhaal	6
Samenstellen van het zintuigenverhaal.....	7
Overlijden	9
Aandachtspunten en adviezen bij een overlijden	9
Overlijden & ervaringsordening	10
Een zintuigenverhaal over een overlijden en de uitvaart.....	12
Een zintuigenverhaal ter herinnering aan een persoon	13
Een zintuigenverhaal ter herinnering aan een huisdier	14
Naar de dokter of het ziekenhuis	15
Aandachtspunten en adviezen bij een bezoek aan de dokter.....	15
Dokter- of ziekenhuisbezoek & ervaringsordening	16
Een zintuigenverhaal over dokter- of ziekenhuisbezoek	17
Verhuizen.....	19
Aandachtspunten en adviezen bij een verhuizing.....	19
Verhuizen & ervaringsordening	19
Een zintuigenverhaal over verhuizen	21
Verantwoording.....	22
Literatuur	23
Bijlage – Werkblad bijzondere gebeurtenis.....	24

Deze handleiding is geschreven door Laura van der Tuuk, als afstudeerproject voor de opleiding Toegepaste Psychologie aan Hogeschool Saxion, in samenwerking met Rita Gerkema-Nijhof, onderzoeker en ontwikkelaar van zintuigenverhalen bij Kentalis, met veel input van ouders, verwanten en professionals, en de Deelkracht-projectgroep 'Beleef zintuigenverhalen mee!'.

©Deelkracht, 2025.

Inleiding

Iemand die problemen heeft met taal en communicatie, om wat voor reden ook, heeft hier elke dag mee te maken. Communiceren over dagelijkse gebeurtenissen is dan vaak ingewikkeld. Maar communiceren over bijzondere gebeurtenissen is nóg ingewikkelder^{3,5,6}. Deze handleiding gaat over een manier van verhalen vertellen die vooral bedoeld is voor mensen (jong en oud) met problemen in de taal en communicatie, namelijk zintuigenverhalen. We geven in de handleiding ook informatie over hoe je de bijzondere gebeurtenissen zelf kunt voorbereiden en begeleiden, want dat is de eerste stap om te komen tot een passend zintuigenverhaal.

Zintuigenverhalen

Een zintuigenverhaal is een kort verhaal van 6-8 pagina's over een herkenbaar onderwerp. Op elke pagina staat een foto en/of pictogram en bij elke pagina hoort een voorwerp met een zintuiglijke ervaring, bijvoorbeeld iets waaraan je kunt ruiken of kunt voelen.

Met zintuigenverhalen kun je verhalen aan elkaar vertellen over dagelijkse gebeurtenissen, zoals buiten spelen of schoonmaken. Hiervoor zijn verschillende instructiematerialen ontwikkeld en voorbeeldverhalen. Kijk hiervoor op www.zintuigenverhalen.nl. Als je nog geen ervaring hebt met zintuigenverhalen adviseren we je daar eerst te kijken, daar vind je ook twee handleidingen om zintuigenverhalen voor te lezen en te maken^{1,2}.

Bijzondere gebeurtenissen

Zintuigenverhalen kun je óók gebruiken om te communiceren over speciale gebeurtenissen, zoals een verhuizing, een overlijden of een ziekenhuisbezoek. Bij deze gebeurtenissen kunnen emoties als angst, verdriet of spanning een rol spelen. Daarom kan het fijn zijn om wat extra informatie te krijgen over het maken van deze 'speciale' zintuigenverhalen. Met dat doel is deze handleiding geschreven.

Inhoud

In deze handleiding gaan we eerst in op hoe iemand een bijzondere gebeurtenis kan ervaren en waarom dat moeilijk(er) kan zijn. Daarna besteden we aandacht over het communiceren over bijzondere gebeurtenissen. En dan beschrijven we wat er nodig is voor het maken van een zintuigenverhaal over een bijzondere gebeurtenis.

Zo vind je in deze handleiding achtergrondinformatie en tips, een stappenplan en werkblad. Drie bijzondere gebeurtenissen zijn helemaal uitgewerkt en hiervan kun je online ook een voorbeeldverhaal downloaden. We hopen dat deze voorbeelden ondersteunend zijn om ook van andere bijzondere gebeurtenissen een zintuigenverhaal te maken.

Hulpvragen

Door de handleiding heen vind je hulpvragen. Deze vragen kunnen je helpen om na te denken over het zintuigenverhaal en het zo passend mogelijk te maken. In de bijlage kun je alle vragen overzichtelijk beantwoorden. Deze hulpvragen kún je gebruiken, maar dit hoeft niet.

Voordat je een zintuigenverhaal maakt ...

Bijzondere gebeurtenissen ervaren

Voordat je een zintuigenverhaal over een bijzondere gebeurtenis gaat maken, is het goed om iets meer te weten over hoe we ervaringen ordenen. Dat kan namelijk helpen bij het voorbereiden van de bijzondere gebeurtenis en het maken van het zintuigenverhaal.

Over het ordenen van ervaringen bestaan heel veel verschillende theorieën. In deze handleiding kiezen we voor de theorie van ervaringsordening⁷.

Ervaringsordening

Iedereen ordent de wereld. Dat doen we eerst onbewust, en geleidelijk ook meer bewust. Maar dat onbewuste stuk blijft altijd aanwezig. Als er iets spannends gebeurt, raken we van slag en is het belangrijk dat we ons oké voelen. Volgens de theorie van ervaringsordening is het daarom nodig dat we (onbewust) verschillende vragen met 'ja' kunnen beantwoorden. Dat zijn de volgende vragen:

- Is mijn lichaam veilig?
- Is mijn omgeving voorspelbaar?
- Begrijp ik de samenhang?
- Mag ik mijzelf zijn?

De vier vragen staan alle vier voor een manier van ordenen; ordenen vanuit je lichaam, vanuit voorspelbaarheid, samenhang en of je jezelf mag zijn. Deze manieren zijn tegelijkertijd aanwezig en hebben invloed op elkaar. Het is mogelijk dat één manier meer op de voorgrond treedt dan de andere. Vooral bij spanning zie je vaak dat één manier nadrukkelijk aanwezig is. Dan zie je bijvoorbeeld dat iemand heel graag wil eten of geknuffeld wil worden (is mijn lichaam veilig?) of dat iemand wil weten wat hierna komt (samenhang), of steeds dezelfde vraag stelt om te checken of het antwoord nog hetzelfde is (voorspelbaarheid). Door te herkennen welke vraag voorop staat, kun je beter op iemand afstemmen.

Om duidelijk te krijgen op wat voor manier iemand op dat moment ervaringen ordent, kun je de volgende vragen stellen:

- Zie je welke manier van ervaringen ordenen voorop staat?
 - Wat doet iemand met zijn/haar lichaam? Zie je bijvoorbeeld iemand frunniken, wrijven, eten, ruiken, voelen? Communiceert iemand veel over eten, drinken, warmte, kou of pijn?
 - Wil iemand graag weten wat er gaat gebeuren? Kijkt iemand vaak op de dagplanning? Controleert de persoon dingen, zoals of iets open of dicht is? Wat doet iemand altijd op dezelfde manier?
 - Probeert iemand te begrijpen hoe dingen met elkaar te maken hebben? Vraagt iemand 'wat gebeurt er dan?'? Is iemand bezig met eerdere, vergelijkbare ervaringen? Zie je dat iemand aan het 'puzzelen' is wat bij elkaar hoort in de situatie?
 - Wat is kenmerkend voor de persoon? Hoe laat iemand zien wat hij leuk, fijn of juist onprettig vindt? Hoeveel ruimte is daarvoor? Hoe reageert iemand als iets niet mag of niet kan?
- Hoe kun je rekening houden met die manier(en) van ordenen?
 - Hoe kun je extra aandacht geven aan de lichamelijke veiligheid?
 - Hoe kun je meer voorspelbaarheid bieden?
 - Hoe kun je helpen de samenhang te begrijpen?
 - Hoe kun je ervoor zorgen dat de persoon meer zichzelf kan zijn?

Bij elke bijzondere gebeurtenissen geven we je in deze handleiding een aantal tips hoe je aandacht voor de ervaringsordening kan hebben.

Voordat je een zintuigenverhaal maakt...

Communiceren over bijzondere gebeurtenissen

Als je gaat communiceren over iets bijzonders, begint het natuurlijk met weten wie je voor je hebt; hoe communiceert en functioneert iemand normaal gesproken? Wat zijn iemands voorkeuren? Daarvoor zijn de volgende hulpvragen (zie de bijlage voor alle vragen):

- **Wat zijn iemands sterke kanten, voorkeuren en aandachtspunten?**
 - Welke interesses en voorkeuren heeft de persoon?
 - Wat kan iemand wel en niet? Waar heeft iemand vaak ondersteuning bij nodig?
 - Zijn er bepaalde zintuiglijke prikkels die de persoon prettig of juist onprettig vindt?

Daarna kijk je wat al bekend is over hoe de persoon omgaat met bijzondere gebeurtenissen. Wellicht zijn er uit eerdere situaties al tips of aandachtspunten bekend.

- **Hoe gaat iemand meestal om met een bijzondere gebeurtenis?**
 - Heeft iemand deze gebeurtenis al eerder meegemaakt? Wat weten de mensen uit de omgeving van de persoon over hoe iemand reageert op een bijzondere gebeurtenis?
 - Welke mogelijke emoties en triggers spelen er voor de persoon rondom de bijzondere gebeurtenis? Is dit angstig, spannend, uitdagend, nieuwsgierig, etc.?
 - Heeft iemand bijvoorbeeld moeite met veranderingen of overgangen? Begrijpt de persoon de situatie? Voelt de persoon zich veilig?
 - Zie je een bepaalde vraag uit de ervaringsordening naar de voorgrond komen bij deze persoon als er iets speciaals gebeurt?

Ondersteunde communicatie (OC)

Bij mensen met problemen in de taal of communicatie kunnen andere communicatievormen dan gesproken, geschreven of gebarentaal helpend zijn om elkaar beter te begrijpen. Sommige communicatievormen zijn makkelijker te begrijpen en minder vluchtig dan gesproken- of gebarentaal. Het inzetten van andere communicatievormen in de interactie, variërend van lichaamstaal, voorwerpen en foto's tot spraakcomputers, noemen we ondersteunde communicatie (OC). (Kijk voor meer informatie over ondersteunde communicatie bijvoorbeeld op [Voorlichting \(online modules\) - Deelkracht](#) en op de website van zintuigenverhalen, www.zintuigenverhalen.nl.)

Als er iets bijzonders gebeurt, heeft dat invloed op hoe iemand communiceert. Het kan zijn dat iemand tijdelijk anders communiceert (bijvoorbeeld van gesproken taal naar lichaamstaal) of dat iemand bepaalde woorden nog niet heeft geleerd (bijvoorbeeld het woord 'stethoscoop'). Of iemand heeft door spanning extra visuele ondersteuning nodig om te onthouden wat er gaat gebeuren.

- **Welke OC-materialen zijn voor deze persoon nodig bij de bijzondere gebeurtenis?**
 - Welke gebaren, afbeeldingen of hulpmiddelen gebruikt de persoon normaal gesproken?
 - Welke specifieke begrippen kun je bij de bijzondere gebeurtenis tegenkomen? Heb je daar ook de gebaren, foto's, of andere OC-vormen van? (Denk aan Sclera-/visitaal-pictogrammen, pcs-symbolen, symbolstix, communicatiekaarten, spraakknoppen, reliëf-afbeeldingen, enz.)
 - Kan het zijn dat de persoon door de bijzondere gebeurtenis meer visuele of tactiele ondersteuning nodig heeft? Bijvoorbeeld een voorbereiding wat er gaat gebeuren, een stappenplan, dagritmekaarten, tactiele afbeeldingen, een communicatiekaart, communicatiepaspoort, extra vocabulaire in de spraakcomputer, etc.
 - Kun je foto's of video's maken bij de gebeurtenis?

Een zintuigenverhaal over een bijzondere gebeurtenis

Hoe maak je een zintuigenverhaal over een bijzondere gebeurtenis? Hiervoor hebben we een stappenplan gemaakt. Met behulp van dit stappenplan maak je een zintuigenverhaal op maat, over een gebeurtenis die voor jullie speelt.

Is de gebeurtenis verwacht of onverwacht?

Er kan bij bijzondere gebeurtenissen sprake zijn van drie situaties:

- de gebeurtenis moet nog plaatsvinden maar is onverwacht (bijvoorbeeld een uitvaart of plotselinge ziekenhuisopname)
- de gebeurtenis moet nog plaatsvinden maar is min of meer gepland (bijvoorbeeld een onderzoek in het ziekenhuis, een verhuizing of een geboorte)
- de gebeurtenis heeft al plaatsgevonden maar je wilt er alsnog een verhaal over maken.

Als de gebeurtenis nog gaat plaatsvinden geeft dat ruimte om dingen voor te bereiden. Allereerst doornemen wat in deze handleiding staat over de ervaringsordening en communicatie bij bijzondere gebeurtenissen. Ook kun je alvast wat materialen in huis halen die bij de gebeurtenis passen én in een verhaalbox passen (bijvoorbeeld een dokterskoffertje of verhuisdoos), OC-afbeeldingen uitprinten, nadenken over het verloop van de gebeurtenis én afspreken of er iemand foto's kan maken van de gebeurtenis. Het is natuurlijk wel afhankelijk van de emoties die spelen rondom de gebeurtenis of er ruimte voor deze voorbereidingen is.

Als de gebeurtenis al heeft plaatsgevonden vervalt de voorbereiding maar kun je soms wel met terugwerkende kracht wat foto's of materialen vinden.

Tip:

- Bij het verzamelen van het materiaal kun je contact opnemen met een instelling zoals een ziekenhuis of crematorium. Deze zijn vaak bereid om mee te werken en hebben soms ook zelf nog materialen die helpen bij de voorbereiding of in het verhaal.

Voorbereiden van het zintuigenverhaal

Een zintuigenverhaal maken begint bij het afstemmen op de persoon voor wie het verhaal wordt, zie hoofdstuk 1 en 2, over de ervaringsordening en communicatie. Dat doe je daarnaast ook door jezelf een aantal vragen te stellen over de persoon en het zintuigenverhaal.

- **Wat is het doel van het zintuigenverhaal?**
 - Waarbij wil je dat het zintuigenverhaal helpt? Wil je dat de persoon goed voorbereid is, of wil je angst/onzekerheid wegnemen? Of wil je nieuwe begrippen introduceren of oefenen?
- **Wat gaat de persoon tijdens de bijzondere gebeurtenis meemaken (of wat heeft de persoon meegemaakt) en in welke volgorde?**
 - Hoe heeft de persoon de bijzondere gebeurtenis doorlopen, wat is er precies gebeurd? De volgorde is van belang, omdat dit de kans op herkenning van de bijzondere gebeurtenis groter maakt. Bij gebeurtenissen die nog plaats moeten vinden: houd zoveel mogelijk de meest waarschijnlijke volgorde aan.

- Wat waren/zijn de belangrijkste momenten voor de persoon? Dat kan iets heel anders zijn dan waar de gebeurtenis om draait. Misschien was bijvoorbeeld het poppetje aan de autospiegel veel interessanter dan de verhuisauto zelf.
- **Zijn er bepaalde herinneringen of elementen van de gebeurtenis belangrijk voor de persoon?**
 - Welke herinneringen spreken de persoon het meeste aan?
 - Wat heeft het meeste indruk gemaakt?
- **Welke zintuiglijke ervaringen komen of waren er in de situatie?**
 - Welke prikkels verwacht je? Wat zie/hoor/ruik/proef/voel je ter plekke?
 - Welke zintuiglijke prikkels sluiten aan bij de persoon?
 - Welke zintuiglijke prikkels kun je toevoegen aan de situatie, die later in een verhaalbox passen?
 - Kun je geluiden opnemen uit de situatie?
 - Zijn er kenmerkende materialen in de omgeving die in het verhaal passen?

Personen die doof of slechthorend zijn zullen minder of geen geluid horen, maar kunnen bijvoorbeeld wel een trilling waarnemen. En iemand let misschien extra op details in de omgeving, of op geuren.

Personen die blind of slechtziend zijn kunnen voorwerpen niet of minder goed zien, maar wel ruiken, mogelijk horen en natuurlijk voelen. Kijk daarom goed op welke manier iemand zich kan oriënteren in de vreemde omgeving, bijvoorbeeld of er kenmerkende vloeren, deurknoppen of wandbekledingen zijn.

Zeker als iemand een beperking in horen én zien (doofblindheid) heeft, is het van belang om de zintuigen die er nog zijn, zoveel mogelijk aan te spreken; dus wat voor geur is er? Welke bewegingen moet iemand maken tijdens de gebeurtenis? Hoe voelt de stoel of bank?

Het kan zijn dat er bepaalde zintuiglijke prikkels zijn waar de persoon zich niet prettig bij voelt. Als dit het geval is, vraag je dan af of deze prikkels noodzakelijk zijn om in het verhaal te verwerken. Het *kán* wel; een verhaal hoeft niet alleen uit prettige prikkels te bestaan maar kan ook een beetje spannend zijn. Maar als daardoor het verhaal als geheel onprettig wordt, waardoor iemand het geen fijne activiteit vindt, mis je natuurlijk de bedoeling van het verhaal.

Je kunt ook zintuiglijke prikkels ter plekke toevoegen die later in het verhaal passen. Denk bijvoorbeeld aan het meenemen van een extra knuffelbeer, een flesje drinken, bellenblaas, een zaklamp of handgel. Zo weet je zeker dat deze elementen in de verhaalbox kunnen komen, zonder afhankelijk te zijn van wat er op de locatie beschikbaar is.

Samenstellen van het zintuigenverhaal

Als je zoveel mogelijk weet over de gebeurtenis en over de persoon kun je het verhaal gaan samenstellen.

- **Welke inhoud komt in het uiteindelijke zintuigenverhaal?**
 - Welke momenten komen wel en niet in het uiteindelijke verhaal? Dit vraagt keuzes maken, want er is vaak veel meer gebeurd dan in 6-8 pagina's past. Dan kan het helpen om te kijken welke zintuiglijke ervaringen het best passend zijn.
 - Waar begint en eindigt het verhaal mee? Met de reis er naar toe of op de locatie zelf?
 - Welke emoties ware er in de situatie of zullen er mogelijk zijn? Op wat voor manier kun je die in het zintuigenverhaal verwerken? Vul de emoties niet in, maar kijk wat er

daadwerkelijk zichtbaar was en benoem dat, bijvoorbeeld: mama had tranen, Jip moest lachen.

- **Welke zintuiglijke prikkels komen in het zintuigenverhaal?**
 - Kijk per zintuiglijke ervaring of dit te integreren is in een zintuigenverhaal. Als je iets niet kunt gebruiken (omdat het te groot is, niet mogelijk, o.i.d.) kijk dan of je bijvoorbeeld wel een foto kunt gebruiken. Bijvoorbeeld van de onderzoekslamp in het ziekenhuis - in het verhaal verwerk je dan een zaklamp.
 - Zijn er kenmerkende geluiden die op een spraakknop in het verhaal verwerkt kunnen worden?

Zintuigenverhalen lees je voor met behulp van OC. Daarbij gebruik je dus verschillende communicatievormen. Dit helpt bij het begrijpen van het zintuigenverhaal. Bij het voorlezen van een zintuigenverhaal kies je voor de communicatievorm(en) die de persoon in de dagelijkse praktijk gebruikt. Je kunt er voor kiezen om een extra communicatievorm toe te voegen die de persoon aan het leren is. Als je niet weet welke communicatievorm(en) de persoon gebruikt, vraag dit dan na bij de betrokken logopedist of communicatiedeskundige.

- **Welke OC-materialen zijn in en bij het zintuigenverhaal nodig en helpend?**
 - Welke OC-materialen zijn er over het onderwerp beschikbaar (foto's, pictogrammen, tekeningen, voorwerpen, voelplaten, tastbare pictogrammen)?
 - Zijn er eigen foto's gemaakt? Foto's geven een duidelijker beeld van de situatie en zijn een goed idee om te gebruiken, indien van toepassing op de persoon. Zowel als voorbereiding op een situatie als bij een nabespreking kan dit van pas komen. Je kunt foto's ook tactiel laten maken; kijk online voor bedrijven die dit doen.
 - Kun je afbeeldingen met AI genereren? (kijk op www.zintuigenverhalen.nl voor passende instructies (prompts) hiervoor)
 - Welke OC-verwijzer (voorwerp, afbeelding, picto, knop) ga je voor het verhaal gebruiken?

Zo stel je het verhaal samen, dus 6-8 pagina's, 1-2 regels per pagina en een box met de zintuiglijke materialen.

Op de volgende pagina's vind je aandachtspunten bij het maken van een zintuigenverhaal over drie bijzondere gebeurtenissen, namelijk een overlijden, een ziekenhuis- of doktersbezoek en verhuizen. De voorbeeldverhalen van deze gebeurtenissen vind je op www.zintuigenverhalen.nl. Daar vind je ook nog voorbeeldverhalen over o.a. de tandarts, de kapper en de geboorte van een baby.

Overlijden

De dood is voor veel mensen een moeilijk onderwerp om te begrijpen. Voor mensen met communicatieproblemen of -beperkingen is dat vaak nóg ingewikkelder⁶. Het is een abstract en moeilijk te vatten begrip, dat pas echt betekenis krijgt wanneer iemand er persoonlijk mee te maken krijgt - bijvoorbeeld door het overlijden van een huisdier of dierbare.

Daarom geven we je eerst wat *aandachtspunten en adviezen* om in het algemeen om te gaan met een overlijden in relatie tot deze doelgroep. (Deze adviezen zijn natuurlijk ook waardevol bij het maken van een zintuigenverhaal).

Daarna kijken we naar wat er kan veranderen in de *ervaringsordening* bij een overlijden. En tenslotte laten we zien hoe je op basis van deze informatie een *zintuigenverhaal* kunt maken over het overlijden en de uitvaart.

Aandachtspunten en adviezen bij een overlijden

Als ouder, vrijwilliger of professional kun je veel betekenen in het begeleiden van iemand bij een overlijden. Het belangrijkste is om *duidelijkheid en houvast* te bieden. Hieronder vind je een aantal tips en adviezen om dat in de praktijk te doen.

Communicatie

Mensen met communicatieproblemen kunnen moeite hebben met het herkennen en uiten van emoties. Het is normaal dat iemand herhaaldelijk vraagt of iemand dood is. Dit is een manier om bevestiging te zoeken.

- *Gebruik heldere, concrete begrippen* om het uit te leggen dat iemand is overleden, denk aan: niet meer praten, bewegen, lopen, iemand is heel koud en stil.
- Gebruik *geen abstracte uitspraken of metaforen* zoals 'hij slaapt' of 'ze is een sterretje geworden'. Dit kan verwarring en zelfs angst veroorzaken, bijvoorbeeld voor slapen.
- Leg uit dat de dood *onomkeerbaar* is: iemand die dood is, komt niet meer terug en kan niets meer doen.
- Benoem een *betekenisvol aspect van de relatie* om dit duidelijk te maken:
 - 'Mama is dood. Zij gaat niet meer voorlezen voor jou.'
 - 'Opa is dood. Hij kan nooit meer samen met jou fietsen.'
 - 'Jip is dood. Hij kan niet meer voetballen.'
 - 'Boef is dood. Hij blaft niet meer.'
- *Bespreek de uitvaart of begrafenis achteraf*, bijvoorbeeld met behulp van het zintuigenverhaal, maar ook op andere momenten als dat kan.
- *Blijf rustig herhalen* en gebruik hierbij dezelfde woorden als je denkt dat die het meest passend zijn, dus niet steeds andere manieren.
- *Stel vragen*, bijvoorbeeld 'mis je opa?',
- *Benoem* de emotie die je bij de ander ziet: 'je vindt dat moeilijk (of raar, vreemd, spannend, verdrietig)' maar zonder dit in te vullen

Structuur

Het overlijden van een dierbare kan de dagelijkse structuur verstoren. Dit kan leiden tot onrust of verdriet.

- *Handhaaf de dagelijkse routine* zoveel mogelijk. Dit geeft houvast en een gevoel van controle. Na de uitvaart ga je weer verder met het vaste dagprogramma (eten, bedtijd, etc.).

Geloof en rituelen

Als er sprake is van een geloofsovertuiging, kunnen daar specifieke woorden, rituelen of symbolen bij horen.

- Overleg samen (ouders en professionals) *welke woorden, gebaren of rituelen* het meest passend en begrijpelijk zijn.
- Houd rekening met *zintuiglijke ervaringen* die bij rituelen horen (geur, geluid, aanraking).
- Houd rekening met de *persoonlijke beleving* van de persoon: wat kent hij al, wat is vertrouwd, wat roept verwarring op?

Emoties en gedrag

Rouw verloopt bij iedereen anders. Bij mensen met een communicatieve beperking kan rouw zich op andere manieren uiten:

- Soms is er *geen directe emotie* zichtbaar. Verdriet kan later komen, of zich uiten in frustratie, boosheid of teruggetrokken gedrag.
- De persoon kan rouwen om het *wegvallen van een activiteit* (bijvoorbeeld samen fietsen), eerder dan om het overlijden zelf.
- Let op *plotselinge gedragsveranderingen*. Moeilijk verstaanbaar gedrag of juist stil en teruggetrokken gedrag kan een uiting zijn van verdriet of verwarring.
- *Projecteer je eigen emoties niet* op de ander. Iemand kan het overlijden heel anders ervaren.
- Laat gerust je eigen emoties zien, maar *leg uit dat het jouw gevoelens zijn*. Dit helpt de ander om emoties te herkennen en te plaatsen.

Samengevat

- Gebruik eenvoudige, directe taal
- Herhaal informatie rustig en geduldig
- Gebruik ondersteunde communicatie (foto's, pictogrammen, voorwerpen, spraakcomputer etc.)
- Houd de structuur van de dag zoveel mogelijk vast
- Heb aandacht voor rituelen en uitingen van geloofsovertuigingen.
- Observeer gedrag en emoties zonder te oordelen.
- Laat je eigen emoties gerust zien, maar leg ze wel uit.
- Bedenk dat rouw ook zonder woorden plaatsvindt.

Bedenk dat een rouwproces voor elk persoon anders verloopt. Niet iedereen ziet de dood als iets verdrietigs. Toch is het belangrijk om te onthouden dat problemen om zich te uiten niet betekenen dat de persoon niet wordt beïnvloed door het verlies⁶.

Overlijden & ervaringsordening



Is mijn lichaam veilig, ook als iemand die ik goed ken is overleden?

Hoe kan het overlijden van een naaste invloed hebben op de lichamelijke veiligheid van de persoon?

De persoon krijgt te maken met nieuwe, misschien onbekende zintuiglijke prikkels. Bij een uitvaart zijn er bijvoorbeeld vaak veel mensen aanwezig die verdrietig zijn. Ook is de ruimte vaak onbekend. De ruimte kan licht of juist erg donker zijn en er staat vaak muziek aan op de achtergrond of tijdens de ceremonie. Al deze sensorische belevingen (drukke, emoties van anderen, geluid, lichtinval) kunnen ongemak bij de persoon veroorzaken.

- Bereid iemand waar mogelijk voor op wat er gaat gebeuren qua prikkels
- Geef ruimte voor lichamelijke reacties (friemelen, terugtrekken).
- Bespreek eventuele zorgen over het eigen lichaam: 'Oma was ziek. Jij bent niet ziek.'



Is mijn omgeving betrouwbaar, ook als ik iemand moet missen?

Hoe kan er voor, tijdens en na een overlijden een omgeving gecreëerd worden waarin de persoon zich vertrouwd voelt?

Het overlijden van een belangrijk en vertrouwd persoon brengt vaak veranderingen met zich mee. Bijvoorbeeld omdat het vaste ritme verandert of omdat de overleden persoon in huis/op de woning wordt opgebaard. Door deze veranderingen kan er onzekerheid en een onveilig gevoel ontstaan.

- Communiceer duidelijk met ondersteunde communicatie over wat er verandert en wat hetzelfde blijft.
- Zorg voor vertrouwde personen of voorwerpen.
- Bied structuur en voorspelbaarheid door vertrouwde activiteiten of door het programma weer op te pakken.



Kan ik de samenhang ontdekken, ook als iemand er niet meer is?

Hoe kan de persoon de betekenis en verbanden rondom verlies, dood en gemis van iemand zien of ervaren?

Het concept van de dood omvat veel abstracte termen. Het leggen van verbanden kan hierdoor moeilijk zijn. Het kan er bijvoorbeeld op lijken dat de persoon begrijpt dat iemand dood is, terwijl hij/zij niet snapt dat diegene niet meer terugkomt.

- Gebruik eenvoudige taal, visualiseer wat kan en herhaal de uitleg.
- Gebruik ondersteunde communicatie (foto's, pictogrammen, voorwerpen, gebaren).
- Benoem betekenisvolle verbanden: 'Opa is dood. Hij komt niet meer fietsen.'



Mag ik mijzelf zijn, ook in hoe ik afscheid neem?

Kan de persoon zichzelf zijn in de manier waarop hij/zij het overlijden wil ervaren, emoties wil uiten en afscheid wil nemen?

Het is belangrijk om de persoon te betrekken bij het herdenkingsproces. Iedereen neemt op een eigen manier afscheid.

- Betrek de persoon bij het afscheid (bloem, tekening, voorwerp)
- Respecteer persoonlijke keuzes, ook als ze ongewoon lijken. Misschien wil iemand wel een hamburger op de kist leggen, omdat ze die altijd samen aten...
- Geef ruimte voor emoties, zonder te oordelen.

Op de volgende pagina zie je suggesties hoe je op basis van deze informatie een zintuigenverhaal kunt maken.

Een zintuigenverhaal over een overlijden en de uitvaart

Bovenstaande aandachtspunten, adviezen én de informatie over de ervaringsordening vormen de basis voor het maken van het zintuigenverhaal. De stappen van een zintuigenverhaal zijn altijd hetzelfde en vind je in de handleiding 'Zintuigenverhalen maken'² en op www.zintuigenverhalen.nl.

Bij een zintuigenverhaal over een overlijden en uitvaart zijn er een aantal extra vragen die je kunnen helpen:

- **Wat spreekt aan?** Het verschilt per persoon welke herinnering van de begrafenis/crematie het meeste aanspreekt. Voor de één zal dit het zien van emotionele familie zijn en voor de ander de koffie met cake.
- **Welke afbeeldingen?** Het is aan te raden om foto's te maken van de begrafenis/crematie, bijvoorbeeld een foto van de kist. Deze foto's kunnen later (in een zintuigenverhaal) gebruiken worden. Het gebeurt steeds vaker dat een fotograaf op de begrafenis aanwezig is, of vraag iemand die op iets meer afstand staat om de foto's te maken. Meestal is er veel begrip voor het belang van foto's voor iemand met een beperking.
Als iemand foto's niet goed kan waarnemen, kun je kijken of je extra aandacht aan de tast besteed kan worden, met tactiele materialen en mogelijk reliëf-afbeeldingen.
- **Een dubbel voorwerp?** Het is mogelijk om iets mee te nemen wat op de kist gelegd kan worden bij de uitvaart, waarvan je een tweede hebt. Dat dubbele voorwerp verwerk je dan in het zintuigenverhaal.

Materialen

De volgende zintuiglijke prikkels kunnen in het zintuigenverhaal gebruikt worden. Uiteraard alleen als deze van toepassing zijn op deze persoon.

zintuig	zintuiglijke prikkel
zien & voelen	• zwarte kleding/hoed van de chauffeur/dragers • foto's begrafenis • foto overledene • (nep)kaarsje branden • spullen overleden persoon • zand over kist doen • begrafenisauto • een kist/urn – een stukje van hetzelfde hout of een vergelijkbaar kruikje. • liturgieboekje • zakdoek • koud voelen bij aanraking, net als een pop
horen	• muziek • kerkklok
ruiken	• wierrook • bloemen • kaars • koffie, soep, broodjes
proeven	• eten/geeten bij de uitvaart (bijvoorbeeld koffie met cake, broodje) • huilen – (zout) water
doen	• naam schrijven in condoleanceregister • activiteit die de persoon nu niet meer (samen) kan doen

Noot: Het kan zijn dat er bij verschillende geloofsovertuigingen sprake is van andere zintuiglijke prikkels, zoals bijvoorbeeld witte kleding i.p.v. zwart. Houd hier rekening mee.

Een zintuigenverhaal ter herinnering aan een persoon

Eerdergenoemde aandachtspunten, adviezen én de informatie over de ervaringsordening vormen de basis voor het maken van het zintuigenverhaal. De stappen van een zintuigenverhaal zijn altijd hetzelfde en vind je in de handleiding 'Zintuigenverhalen maken'² en op www.zintuigenverhalen.nl.

Behalve een zintuigenverhaal over de uitvaart zelf, kan een zintuigenverhaal ook helpen om de herinnering aan een persoon levend te houden. Met een zintuigenverhaal kan iemand communiceren over de persoon die overleden is, ook als iemand weinig taal heeft. Op deze manier kan een zintuigenverhaal helpen om het rouwproces vorm te geven en te begeleiden. Denk daarbij ook aan de volgende punten:

- **Wat paste bij de persoon?** Wat was kenmerkend voor de persoon die overleden is? Hoe zag iemand er uit? Hoe rook iemand? Wat deed iemand graag? Welk vervoer was favoriet? Welke muziek, welk eten etc.
- **Welke afbeeldingen?** Maak een mooi herinneringenboek van het zintuigenverhaal, door foto's te kiezen van de persoon die is overleden en de persoon voor wie het verhaal is. De rode lijn van het verhaal is de persoon die overleden is, dus het zintuigenverhaal hoeft niet over een gebeurtenis te gaan.

Materialen

De volgende zintuiglijke prikkels kunnen in het zintuigenverhaal gebruikt worden. Uiteraard alleen als deze van toepassing zijn op deze persoon.

zintuig	zintuiglijke prikkel
zien & voelen	• mooie foto • kledingstuk • voorwerp uit het huis • accessoire of hulpmiddel van de persoon (ketting, armband, hoortoestel, bril, wandelstok) • kort filmpje van de persoon
horen	• favoriete muziek • stem op een spraakknop • telefoon-tune • geluid wat hoort bij de hobby of woning van de persoon, bijvoorbeeld tv-tune, muziekinstrument, vogelgeluid, zee, motor etc.
ruiken	• kleding van de persoon • geurtje van de persoon • verzorgingsartikel van de persoon (scheerzeep, shampoo, bodylotion) • specifieke etenswaren die de persoon graag at of kookte • geur die hoort bij de hobby van de persoon, bijvoorbeeld bloemengeur, visgeur, stro.
proeven	• favoriet eten of drinken • iets wat iemand graag bakte of kookte
doen	• activiteit die de persoon graag deed, bijvoorbeeld fietsbel, bal, kleurpotloden, boek, dobbelsteen, rummikub, handwerken, knutselen, keramiek, tuinieren etc.

Een zintuigenverhaal ter herinnering aan een huisdier

Eerdergenoemde aandachtspunten, adviezen én de informatie over de ervaringsordening vormen de basis voor het maken van het zintuigenverhaal. De stappen van een zintuigenverhaal zijn altijd hetzelfde en vind je in de handleiding 'Zintuigenverhalen maken'² en op www.zintuigenverhalen.nl.

Een zintuigenverhaal kan ook helpen om de herinnering aan een overleden huisdier levend te houden. Zo kun je samen delen over wat het dier voor jullie betekende en biedt het zintuigenverhaal steun bij het verlies van het huisdier. Denk daarbij aan:

- **Wat hoorde bij het dier?** Denk aan hoe het dier er uitzag, rook of klonk. Wat deed de persoon graag samen met het huisdier? Welke gewoontes of geluiden waren kenmerkend voor het dier?
- **Welke afbeeldingen?** Maak een mooi herinneringenboek van het zintuigenverhaal, door foto's of tast-afbeeldingen te kiezen van het huisdier, liefst samen met de persoon voor wie het verhaal is. Het dier staat centraal in het verhaal, dus het zintuigenverhaal hoeft niet over één specifieke gebeurtenis te gaan.

Materialen

De volgende zintuiglijke prikkels kunnen in het zintuigenverhaal gebruikt worden. Uiteraard alleen als deze van toepassing zijn.

zintuig	zintuiglijke prikkel
zien & voelen	• mooie foto • halsband, borstel, riem • nep-vachtje, plukje haar of dieren-knuffel • speeltje • kort filmpje van het huisdier • likken of knuffelen door het dier
horen	• dierengeluid op spraakknop (blaffen, spinnen, miauwen, tsjilpen, piepen) • geluid van een speeltje • geluid van het lopen op de vloer, de voerbak, het deurtje van het hok
ruiken	• stro of houtsnippers • diervoeding • favoriete dekkentje of speeltje • vacht of wol
proeven	• water • groente, bijvoorbeeld sla of wortel (als het dier dat kreeg)
doen	• favoriete speeltje • favoriete activiteit die het dier graag deed, bijvoorbeeld rennen in het radje, verstoppertje in het stro, apporteren, graven, zwemmen • begroeting • verzorgen van het dier (borstelen, wassen, kammen, nagels knippen)

Op www.zintuigenverhalen.nl vind je het voorbeeldverhaal 'Oma is dood gegaan'.

Naar de dokter of het ziekenhuis

Een dokter- of ziekenhuisbezoek kan voor mensen met communicatieproblemen spannend of zelfs beangstigend zijn. Sommigen hebben al veel meegemaakt bij de dokter of in het ziekenhuis, waardoor ze negatieve herinneringen kunnen hebben. Bij jonge kinderen of mensen met een verstandelijke beperking ontstaat angst vaak door onbegrip: ze weten niet goed waarom ze naar de dokter of het ziekenhuis moeten of wat er gaat gebeuren. Ook dingen als nuchter blijven of narcose zijn moeilijk uit te leggen. De omgeving is anders dan thuis, het verloop is onvoorspelbaar en het ziekenhuis is vaak druk, wit en steriel. Dat kan overweldigend zijn.

Daarom besteden we in dit hoofdstuk eerst aandacht aan de *algemene aandachtspunten en adviezen* rondom een bezoek aan de dokter of het ziekenhuis. (Deze tips en adviezen gelden óók voor bij het zintuigenverhaal!)

Dan kijken we naar de *ervaringsordening*: wat kan een rol spelen bij een bezoek aan de arts? En hoe kun je daar rekening mee houden?

Tot slot besteden we aandacht aan het *zintuigenverhaal* wat je over het bezoek aan de dokter kan maken.

Aandachtspunten en adviezen bij een bezoek aan de dokter

Communicatie

- *Wees duidelijk*, draai niet om het onderwerp heen
- Kijk ook goed op *welk moment je welke informatie* geeft.
- Leg *stap voor stap* uit wat er gaat gebeuren, bijvoorbeeld 'je krijgt een koptelefoon op' en 'nu komen er piepjes'.
- Gebruik *ondersteunde communicatie* bij de voorbereiding, op het moment zelf en bij het naderhand verwerken van het dokter- of ziekenhuisbezoek.
- Probeer je *woorden bewust te kiezen*. Vermijd woorden die verwarring kunnen geven; zo kan bij de ene persoon een narcose 'slapen' zijn, maar bij een andere persoon zeg je 'rustig liggen met je ogen dicht' omdat slapen een associatie aan thuis-in-bed oproept.

Voorbereiden

- Een goede *voorbereiding* kan (een deel van de) angst of spanning voorkomen. Dus kijk bijvoorbeeld of je een filmpje of foto's van de behandelkamer kunt krijgen, of al een keertje mag komen kijken.
- Denk na over een duidelijk *begin én een duidelijke afsluiting* van het dokter- of ziekenhuisbezoek.
- Op wat voor manier kan de persoon zelf een *actieve rol* hebben bij het dokter- of ziekenhuisbezoek? Kan degene zelf iets vasthouden van het onderzoek, pictogrammen van de stappen afkruisen, ondertussen bij de knuffelbeer of pop hetzelfde onderzoek doen?

Emoties en gedrag

Tijdens een dokter- of ziekenhuisbezoek kunnen emoties zoals spanning, angst, verdriet, stress of paniek aanwezig zijn. Deze zijn vaak alleen zichtbaar op het moment zelf, omdat het voor moeilijk kan zijn om te communiceren over dingen die niet in het hier en nu gebeuren. Mogelijke reacties kunnen zijn: aandacht vragen met ongewenst gedrag, stil en teruggetrokken zijn, weerstand bieden (niet willen meewerken of tegenwerken) en afkeer of angst van alles wat met de dokter of het ziekenhuis te maken heeft (zelfs speelgoed).

Daarom volgen hier nog een aantal adviezen:

- Koppel *positieve ervaringen* aan het dokter- of ziekenhuisbezoek, bijvoorbeeld een speciale knuffel, kleurboek, friemelspeelgoed (fidget), stickerkaart, of naderhand samen iets leuks doen of iets lekkers eten of drinken.
- *Projecteer je eigen emoties niet* op de ander. Laat je emoties zien maar leg uit: 'Ik vind het spannend, dat is mijn gevoel'.
- Wees *rustig en duidelijk in je uitleg*, ook als je zelf emotioneel bent.
- Vraag eventueel *iemand om mee te gaan* die iets meer op afstand staat, zodat diegene kan steunen en rust bieden.

Dokter- of ziekenhuisbezoek & ervaringsordening



Is mijn lichaam veilig, ook bij de dokter of in het ziekenhuis? *Hoe kun je lichamelijke veiligheid bieden bij het lichamenlijk onderzoek of de behandeling?*

Een dokter- of ziekenhuisbezoek kan lichamenlijk onveilig voelen. De omgeving is onbekend en er zijn veel prikkels (licht, geur, geluid). Ook aanrakingen door artsen kunnen verwarrend of spannend zijn. Hoe houd je hier rekening mee?

- Bereid de persoon goed voor met visuele ondersteuning (foto's, het zintuigenverhaal)
- Leg uit wat er gebeurt en waarom, in eenvoudige taal.
- Laat de persoon iets vertrouwds meenemen (knuffel, eigen kleding).
- Geef ruimte voor lichamenlijke reacties zoals friemelen of terugtrekken.



Is de omgeving betrouwbaar, ook bij de dokter of in het ziekenhuis? *Hoe kan er voor, tijdens en na het dokters- of ziekenhuisbezoek zoveel mogelijk voorspelbaarheid zijn?*

Het bezoek aan de dokter of het ziekenhuis doorbreekt de dagelijkse structuur. Dat kan zorgen voor onrust en onzekerheid. Vertrouwde mensen, vertrouwde routines en het inzetten van ondersteunde communicatie helpen om de omgeving voorspelbaar te maken.

- Houd vooraf en achteraf de dagstructuur zoveel mogelijk vast, bij voorkeur aan de hand van een gevisualiseerd dagschema.
- Gebruik duidelijke (ondersteunde) communicatie over wat er anders is en wat hetzelfde blijft.
- Laat zien wanneer het ziekenhuisbezoek begint én wanneer het weer klaar is.
- Zorg voor nabijheid van een vertrouwd persoon.



Kan ik de samenhang ontdekken, ook als ik in het ziekenhuis of bij de dokter ben? *Hoe kan de persoon de betekenis en verbanden rondom ziekenhuisbezoek zien?*

Begrijpen wat er gebeurt en waarom kan helpen om samenhang te ervaren, ook bij de dokter of het ziekenhuis.

- Gebruik eenvoudige woorden; zeg 'foto' in plaats van 'röntgenfoto'.
- Laat vooraf zien met ondersteunde communicatie waar iemand heen gaat en wie daar is.
- Herhaal de uitleg aan de hand van de visuele ondersteuning.
- Benoem de stappen: 'Eerst gaan we zitten, dan komt de dokter.'
- Soms mag iemand ter voorbereiding al een bezoekje brengen en rondkijken, of zelfs wat materialen uitproberen (stethoscoop, een injectiespuit, de grote lamp aan- en uitdoen etc.). Dit kan helpen om samenhang te ervaren.



Mag ik mijzelf zijn, ook bij de dokter of in het ziekenhuis? Wat is voor deze persoon een prettige en kenmerkende manier?

In het ziekenhuis kunnen verschillende emoties ontstaan. Het is belangrijk dat de persoon zich gezien voelt en op de eigen manier mag reageren.

- Respecteer emoties en geef ruimte voor uitingen.
- Laat de persoon vragen stellen.
- Laat de persoon kiezen waar het mogelijk is (bijvoorbeeld wie er meegaat, wat er meegenomen wordt).
- Koppel iets positiefs aan het bezoek (taartje, ballon, samen iets doen).
- Probeer voldoende tijd voor het bezoek in te ruimen, zodat de persoon in alle rust het onderzoek of de behandeling kan meemaken en ook vragen kan stellen of even kan verwerken wat er gebeurt.

Een zintuigenverhaal over dokter- of ziekenhuisbezoek

Bovenstaande aandachtspunten, adviezen én de informatie over de ervaringsordening vormen de basis voor het maken van het zintuigenverhaal. De stappen van een zintuigenverhaal zijn altijd hetzelfde en vind je in de handleiding 'Zintuigenverhalen maken'² en op www.zintuigenverhalen.nl.

Bij een zintuigenverhaal over een doktersbezoek komen er een aantal extra vragen die je kunnen helpen. Door het bezoek stap voor stap bij langs te gaan, krijgt iemand meer grip op wat er gaat gebeuren of gebeurd is. Dit kan spanning en angst verminderen. Denk daarbij aan:

- **Breng de stappen in beeld.** Vraag zo nodig na bij het ziekenhuis of de arts wat er precies gaat gebeuren. Probeer foto's te verzamelen van de behandelkamer of materialen.
- **Wees voorzichtig met het benoemen van pijn in het verhaal.** Als er kans is op pijn (bijvoorbeeld bij bloedprikken), benoem dit pas op het moment zelf. Te vroeg praten over pijn kan misschien onnodige angst oproepen. Het kan voor iedereen anders voelen; de één voelt niks, de ander voelt het kriebelen, iemand anders heeft veel pijn. Als iemand er zelf naar vraagt, geef een eerlijke uitleg en bespreek samen wat kan helpen (bijvoorbeeld knijpen in een hand, knuffel vasthouden).
- **Gebruik echte materialen waar dat kan.** Neem wat materialen mee naar of uit het ziekenhuis die ter plekke gebruikt worden en later in het zintuigenverhaal passen, bijvoorbeeld een servetje bij het eten, een rietje, een mondkapje, etc.

Materialen

De volgende zintuiglijke prikkels kunnen in een zintuigenverhaal gebruikt worden. Uiteraard alleen als deze van toepassing zijn op jullie situatie.

zintuig	zintuiglijke prikkel
zien & voelen	• foto's ziekenhuis, dokter, behandelkamer • kalender (over ... dagen naar ziekhuis) • felle lamp • injectiespuit (zonder naald) • ziekenhuis kleding • koptelefoon • draadje koptelefoon • wit, steriel (kleding, dekbed) • dokterskoffer

	• ooglapje/speelgoedbril • stethoscoop (koud) • pleisters plakken • kapje voor de narcose • plakkertjes voor hartfilmpje • beterschapskaart • watjes • spuugbakje • infuuszak • ballon • handschoentjes • clownsneus (clini-clown) • oorthermometer (speelgoed) • bloeddrukmeter (speelgoed)
horen	• piepjes (hard/zacht) • stethoscoop (naar hart luisteren) • MRI-scangeluid • muziek of liedje tijdens de behandeling/in bed
ruiken	• alcoholdoekje* • bloemen • hygiënische lucht (Dettol, doekje met alcohol)* • handzeep • desinfectie lotion
proeven	• is er iets wat je altijd eet in het ziekenhuis? • ziekenhuismaaltijd, • sapje • water • ijsklontje, waterijsje
doen	• activiteit in de wachtkamer/tijdens verblijf • mond open/dicht, ogen open/dicht (afhankelijk van type behandeling) • vuist maken

*Dit is een sterke lucht die als onprettig ervaren kan worden. Laat dus maar kort ruiken en kies hier alleen voor als iemand niet (te) gevoelig is voor geuren.

Op www.zintuigenverhalen.nl vind je het voorbeeldverhaal 'Lynn gaat naar de dokter'.

Verhuizen

Verhuizen is vaak een ingrijpende gebeurtenis. De vertrouwde omgeving valt weg, routines veranderen en de persoon moet opnieuw veiligheid en houvast vinden. Dit kan zorgen voor spanning, verwarring of onzekerheid.

In dit hoofdstuk vind je daarom eerst een aantal algemene *aandachtspunten en adviezen* die van belang zijn bij een verhuizing. Deze tips kun je ook gebruiken bij het nadenken over jullie zintuigenverhaal!

Vervolgens besteden we aandacht aan de *ervaringsordening* bij een verhuizing. Hoe kan dat voor iemand effect hebben? En waar moet je rekening mee houden?

Tot slot krijg je een aantal adviezen en suggesties voor het *zintuigenverhaal* over verhuizen.

Aandachtspunten en adviezen bij een verhuizing

Communicatie

- Pas je *uitleg* aan op wat de persoon begrijpt.
- *Herhaal* informatie rustig en gebruik duidelijke taal.
- Geef ruimte voor *vragen en emoties*.
- Gebruik *visuele ondersteuning* zoals foto's, een bedjesschema en natuurlijk een zintuigenverhaal in de voorbereiding, tijdens de verhuizing en om er naderhand over te communiceren.

Vorbereiden

- Betrek de persoon waar mogelijk bij de verhuizing: *samen* inpakken, klussen, keuzes maken.
- Laat de persoon vooraf *kennismaken* met de nieuwe ruimte.
- Kijk of iemand ook *zelf* iets kan verhuizen; een doos met een aantal spullen bijvoorbeeld.

Structuur

- Houd zoveel mogelijk vast aan *de bekende routine*: op dezelfde tijd eten, opstaan, naar bed.
- Gebruik *vertrouwde voorwerpen* (ongewassen beddengoed, vertrouwde meubels) in de nieuwe omgeving. En laat *favoriete spullen* een vaste plek krijgen.

Emoties en gedrag

- Laat de *lege kamer* zien, laat iemand afscheid nemen en verhuis dan samen de vertrouwde spullen naar het nieuwe huis. Dus ook als iemand die dag naar school of dagbesteding is; laat iemand alsnog zien dat alle spullen nu weg zijn uit het oude huis.
- Help iemand om *afscheid* te nemen van de oude woonplek, personen en omgeving.
- Begeleid iemand bij het *wennen* aan de nieuwe omgeving; een fotoboek van de oude woning én de nieuwe woning kan hierbij helpen. Houd er rekening mee dat in het begin de routines meer tijd en aandacht kosten.

Verhuizen & ervaringsordening



Is mijn lichaam veilig, ook in een nieuwe omgeving? Hoe kun je iemand helpen om lichamelijk te ontspannen bij zoveel andere prikkels?

Een nieuwe omgeving brengt veel onbekende prikkels met zich mee; andere kleuren, geluiden, geuren en materialen. Dit kan lichamelijke spanning of stress oproepen.

- Overweeg of de persoon aanwezig kan zijn bij de verhuizing. Dit kan spannend zijn, maar ook helpend zijn.
- Geef ruimte voor lichamelijke reacties (onrust, friemelen, terugtrekken, eten).
- Zorg voor rustmomenten en vertrouwde zintuiglijke ervaringen. Zoals eerder genoemd is het juist fijn als het beddengoed nog vertrouwd ruikt en je nog hetzelfde kraak-bed hebt als je net verhuisd bent.



Is mijn omgeving voorspelbaar, ook bij een verhuizing? *Hoe kun je voorspelbaarheid terugbrengen als de omgeving compleet veranderd is?*

Door de verandering van de omgeving kan de persoon zich tijdelijk minder vertrouwd en veilig voelen. Vertrouwdheid ontstaat door herkenning en voorspelbaarheid.

- Houd zoveel mogelijk dezelfde routines aan. Geef de persoon ook de tijd om in de nieuwe omgeving de routines weer opnieuw te ontdekken en zich eigen te maken.
- Gebruik vertrouwde meubels, voorwerpen en routines.
- Gebruik het eigen ongewassen beddengoed, knuffel en vertrouwde pyjama de eerste nachten. Dat ruikt vertrouwd en geeft een veilig gevoel.



Hoe kan ik samenhang ontdekken, bij een verhuizing? *Hoe kan de persoon weer grip krijgen op de situatie?*

Spullen staan op andere plekken, routes en routines veranderen. Daarom is het nodig om weer opnieuw samenhang te kunnen aanbrengen.

- Loop samen door het nieuwe huis en benoem wat hetzelfde of anders is.
- Pak samen spullen in en weer uit. Laat de persoon zien wat er met de spullen gebeurt; waar wordt het neergezet of opgehangen?
- Breng veranderingen, zoals een nieuw bed of nieuwe kast, eventueel pas later aan, als iemand gewend is.



Mag ik mijzelf zijn, ook bij het verhuizen? *Wat is voor deze persoon de fijnste manier om de verhuizing mee te maken?*

Iedereen beleeft een verhuizing op een eigen manier. Geef ruimte voor de eigen keuzes en voorkeuren van de persoon.

- Laat de persoon waar mogelijk zelf meebeslissen over de nieuwe kamer.
- Ontvang en bied steun bij emoties zoals verdriet, weerstand of enthousiasme.
- Kijk ook of je samen een ritueel rondom de verhuizing kan maken, zoals iets maken voor de mensen op de oude woonplek.

(Mede gebaseerd op de 'Verhuishandleiding' van Laan et al., 2013⁴)

Op de volgende pagina zie je suggesties hoe je op basis van deze informatie een zintuigenverhaal kunt maken.

Een zintuigenverhaal over verhuizen

Eerdergenoemde aandachtspunten, adviezen én de informatie over de ervaringsordening vormen de basis voor het maken van het zintuigenverhaal. De stappen hiervoor zijn altijd hetzelfde en vind je in de handleiding 'Zintuigenverhalen maken'² en op www.zintuigenverhalen.nl.

Aanvullend aan bovenstaande punten nog een aantal vragen rondom het zintuigenverhaal zelf:

- **Verwerk in de verhuizing zelf alvast zintuiglijke prikkels** die later in het verhaal verwerkt kunnen worden, bijvoorbeeld een tester van de muurverf, kroepoek van de Chinese maaltijd, een kleine verhuisdoos, bubbelplastic etc.
- **Maak foto's van elke stap** van de verhuizing, dus ook van de kamer in de oorspronkelijke staat en de lege kamer, maar ook van de dozen en de verhuisauto.
- **Probeer je zoveel mogelijk aan de daadwerkelijke volgorde te houden:**
 - Eerst pakken we samen [persoonlijke voorwerp] in.
 - We zwaaien naar het oude huis.
 - In het nieuwe huis ruikt het naar verf.
 - We drinken koffie in het nieuwe huis.

Materialen

De volgende zintuiglijke prikkels kunnen in een zintuigenverhaal gebruikt worden. Uiteraard alleen als deze van toepassing zijn op jullie situatie.

zintuig	zintuiglijke prikkel
zien & voelen	• foto nieuw of oud huis • verhuisdoos • sleutel nieuw huis • verhuiswagen • nieuwe meubels • persoonlijk knuffeltje • vloerbedekking (stalen) • gordijn (stalen) • bubbelplastic • tape • inpakpapier
horen	• klusgeluiden (timmeren) • aanbellen in nieuwe huis • motor of claxon verhuisauto • muziek tijdens het klussen
ruiken	• vertrouwd wasmiddel • muur- of acrylverf (tester) • schoonmaakmiddel
proeven	• koffie of limonade • speciale 'verhuis'-koeken • makkelijke maaltijd (chinees, pizza)
doen	• iets inpakken in een doos/bubbelplastic of juist uitpakken • iets zwaars tillen • sleutel in slot omdraaien • knopje van de verhuislift indrukken • timmeren van spijker/aandraaien van schroeven

Op www.zintuigenverhalen.nl vind je het voorbeeldverhaal 'Lynn gaat verhuizen'.

Verantwoording

De handleiding is tot stand gekomen in samenwerking met ouders en professionals. Eerst is een enquête uitgezet. Deze is door 27 professionals ingevuld. In deze enquête hebben zij aangegeven welke bijzondere gebeurtenissen in de praktijk het meest problemen in de communicatie geven. De meest genoemde thema's waren 'overlijden' en 'ziekenhuis- of doktersbezoek'.

Daarna zijn 9 professionals en 2 ouders geïnterviewd. De professionals werken bij Kentalis en hebben verschillende functies o.a. pedagogisch behandelaar, logopedist, geestelijk verzorger, vak-therapeut, communicatiedeskundige en klinisch linguïst. Zij werken met kinderen en volwassenen van verschillende leeftijd, met een beperking in horen én zien (doofblindheid) of een communicatief meervoudige beperking (CMB). De deelnemende ouders hebben beide een kind met een communicatieve meervoudige beperking.

In de interviews is gesproken over welke moeilijkheden specifiek worden ervaren in de communicatie bij de bijzondere gebeurtenissen (specifiek overlijden en ziekenhuisbezoek) en wat mogelijk onderliggende oorzaken hiervoor zijn.

De geïnterviewden dachten mee over het derde onderwerp dat in de handleiding uitgewerkt moest worden, naast 'overlijden' en 'dokter- of ziekenhuisbezoek'. Aangezien veel varianten van 'verandering in de thuissituatie' genoemd werden (variërend van verhuizing, of scheiding tot een andere klas) is 'verhuizing' het derde thema voor deze handleiding geworden. Wij zijn ons ervan bewust dat dit niet één op één van toepassing is op bijvoorbeeld een scheiding of verandering van klas, maar de elementen van de voorbereiding, een nieuwe plek bekijken, spullen inpakken, afscheid nemen en een nieuwe start maken zijn onderdelen die voor veel situaties van toepassing zijn.

Tot slot heeft er een expertinterview plaatsgevonden en is literatuuronderzoek gedaan naar wetenschappelijke theorieën en onderzoeken over het communiceren rondom bijzondere gebeurtenissen bij mensen met communicatieve problemen. Vervolgens is in samenwerking met 3 professionals door middel van een co-creatie-sessie nagedacht over de vorm van het eindproduct. Hieruit kwam naar voren dat een handleiding de meest logische eerste stap was. De uiteindelijke handleiding is meegelezen door een onderzoeker, een logopedist en een verwant.

Het proces van de totstandkoming en het onderliggende literatuuronderzoek is uitgebreid beschreven in het Verantwoordingsverslag van Laura van der Tuuk voor haar opleiding Toegepaste Psychologie. Op verzoek kan een referentielijst verstrekt worden, mail daarvoor naar zintuigenverhalen@kentalis.nl.

N.B. Ondanks het zorgvuldige proces om te komen tot tips en adviezen, inclusief de wetenschappelijke onderbouwing, zijn de onderwerpen in deze handleiding zeer persoonlijk en beschreven voor een brede doelgroep. Iedereen zal deze gebeurtenissen anders ervaren. De gegeven tips moeten dus ook altijd vanuit dit oogpunt bekeken worden en – waar mogelijk in samenspraak met een deskundige – aangepast worden op de eigen situatie.

Verantwoording afbeeldingen

De afbeeldingen in deze handleiding zijn Microsoft Stock pictogrammen en mogen niet buiten deze handleiding gebruikt worden. Het logo van Zintuigenverhalen is gemaakt door Roel Ottow.

Literatuur

1. Gerkema-Nijhof, R. & Wolters-Leermakers, N. (2015). *Voorlezen van zintuigenverhalen: Handleiding*. Koninklijk Kentalis. Online gepubliceerd.
2. Gerkema-Nijhof, R. (2023). *Zintuigenverhalen maken: Handleiding*. Koninklijke Kentalis. Online gepubliceerd.
3. Gormley, J. & Light, J. (2021). Child-Parent-Provider Interactions of a Child with Complex Communication Needs in an Inpatient Rehabilitation Facility: A Pilot Study. *American Journal of Speech Language Pathology*, 30(1), 105-118. https://doi.org/10.1044/2020_AJSLP-20-00031
4. Laan, P., Lenten, M., Nijhof, R., Slim, J. & de Heer, C. (2013). *Handleiding voor de communicatie rondom de verhuizing van een cliënt*. Koninklijke Kentalis.
5. Shilling, V., Edwards, V., Rogers, M., & Morris, C. (2012). The experience of disabled children as inpatients: a structured review and synthesis of qualitative studies reporting the views of children, parents, and professionals. *Child: Care, Health, and Development*, 38(6), 778–788. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2012.01372.x>
6. Sormanti, M. & Ballan, M. S. (2011). Strengthening grief support for children with developmental disabilities. *School Psychology International*, 32(2), 179–193. <https://doi.org/10.1177/0143034311400831>
7. Timmers-Huigens, D. (2016). *Ervaringsordening: Zorg-welzijn-onderwijs*. Van Tricht Uitgeverij.

Bijlage – Werkblad bijzondere gebeurtenis

Communiceren over bijzondere gebeurtenissen

Wat zijn iemands sterke kanten, voorkeuren en aandachtspunten? Wat zijn de voorkeurszintuigen? Zijn er bepaalde zintuiglijke prikkels die de persoon prettig of juist onprettig vindt?

Hoe gaat iemand meestal om met bijzondere gebeurtenissen?

Welke OC-materialen zijn (mogelijk) voor deze persoon nodig voorafgaand en tijdens de bijzondere gebeurtenis?

Vorbereiding van het zintuigenverhaal

Wat is het doel van het zintuigenverhaal over de bijzondere gebeurtenis? (voorbereiden, verwerken, communiceren over de gebeurtenis?)

Wat gaat de persoon tijdens de bijzondere gebeurtenis meemaken (of wat heeft de persoon meegemaakt) en in welke volgorde?

Zijn er bepaalde herinneringen of elementen van de gebeurtenis belangrijk voor de persoon?

Welke zintuiglijke ervaringen komen (of waren) er in de bijzondere gebeurtenis?

Maken van het zintuigenverhaal

Welke inhoud van de bijzondere gebeurtenis komt in het zintuigenverhaal?

Welke zintuiglijke ervaringen en prikkels uit de gebeurtenis komen in het zintuigenverhaal?

Welke OC-materialen zijn in en bij het zintuigenverhaal nodig en helpend?